

# PRÉVENIR LES RISQUES PSYCHOSOCIAUX



INFORMATIONS SALARIÉS

Consultation individuelle  
de Soutien Professionnel

## Les risques psychosociaux

### • Les RPS, c'est quoi ?

« Les RPS sont les risques pour la santé mentale, physique et sociale, engendrés par les conditions d'emploi et les facteurs organisationnels susceptibles d'interagir avec le fonctionnement mental »

Gollac & al., 2011

Dans une situation de travail, les RPS sont souvent imbriqués et interfèrent. Ils correspondent à :



- Du stress
- Des violences internes (Harcèlement moral ou sexuel, etc.)
- Des violences externes (Incivilités, agressions, etc.)

### • Les signaux d'alerte

Les RPS peuvent se traduire par :

#### Au niveau individuel

- Sentiment de mal-être, de souffrance mentale / physique
- Troubles musculosquelettiques
- Dépression / anxiété
- Démotivation, désengagement

#### Au niveau de l'entreprise

- Baisse de la performance
- Dégradation de l'ambiance de travail
- Augmentation de l'absentéisme, turn-over
- ...

## LE SAVIEZ-VOUS ?

Depuis la loi de modernisation sociale de 2002, l'employeur a l'obligation d'évaluer et de prévenir les risques professionnels, y compris les risques psychosociaux.

*Art. L. 4121 du code du travail*

### • Les facteurs de risques

Les RPS résultent d'une combinaison de facteurs liés au vécu de chaque salarié et de facteurs induits par l'activité, générés par l'organisation et les relations de travail.

## Liés aux situations de travail

(conditions matérielles, organisationnelles et sociales)

- Intensité et complexité du travail
- Exigences émotionnelles
- Rapports sociaux
- Conflits de valeurs
- Degré d'autonomie
- Insécurité de l'emploi et du travail

## Individuels

- Perception des contraintes
- Subjectivité
- Ressources individuelles (parcours, formation, soutien...)
- ...

## Suis-je concerné(e) ?



« J'ai une grosse charge de travail et je n'ai pas les moyens pour atteindre mes objectifs, ça m'empêche de bien dormir depuis quelques temps... »



« Je suis en conflit avec un/mes collègues, c'est stressant de travailler dans ces conditions au quotidien. »

## Que faire ? Vers qui vous tourner ?

Si vous vous sentez concerné(e), que vous soyez en arrêt de travail ou non, vous pouvez bénéficier d'une visite à la demande (confidentielle et gratuite) avec le médecin du travail. Vous pourrez échanger avec lui sur votre situation professionnelle et il sera en mesure de vous orienter vers la psychologue du travail du service.

## Pourquoi bénéficier d'une consultation individuelle de soutien professionnel ?

- **Libérer la charge émotionnelle** provoquée par votre situation de travail

- **Prendre du recul** quand à votre quotidien, source de tension

- **Trouver des solutions** à votre niveau/ au niveau de l'entreprise si besoin de retrouver un équilibre

Les consultations individuelles de soutien professionnel avec le psychologue du travail sont anonymes et confidentielles. Cet acteur peut, si besoin, être un intermédiaire qui viendrait faciliter la mise en place de mesures spécifiques pour améliorer votre quotidien professionnel.



- Scannez pour en découvrir plus sur le Risques Psychosociaux •



- Nous contacter •

02 35 10 10 32  
istf@istfecamp.fr  
15, rue de l'Inondation  
76400 Fécamp

[www.istfecamp.fr](http://www.istfecamp.fr)

## NOTES

Suivez-nous @istfecamp

